

LE CHATEAU DE RADEGOU

Jeux de lancers

L'attaque du château

➤ Compétences

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement.
Réaliser une performance .

➤ Objectifs

Lancer loin avec intention
Intercepter

➤ Jeu - buts :

Souris : abattre le plus de tours possible dans un temps déterminé.
Rats : protéger les tours en interceptant les projectiles.

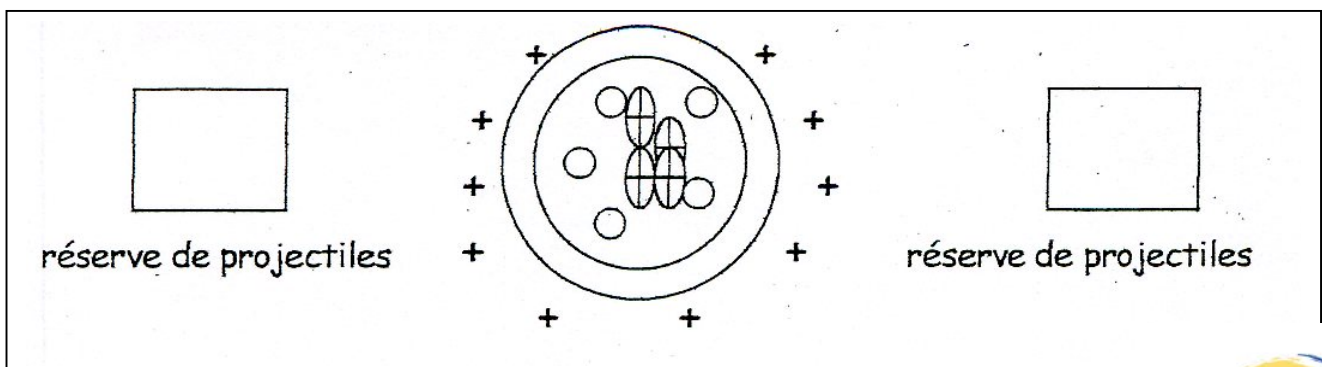
➤ Organisation

2 équipes : les souris (=attaquants) et les rats (= défenseurs)
Terrain : circulaire ou rectangulaire délimité
Temps de jeu limité : 5 à 6 min

➤ Matériel

Quilles ou bouteilles lestées (au moins 10)
Réserve d'objets à lancer, de tailles et de formes différentes rassemblés dans deux boîtes.
Dossards ou foulards pour les rats (facultatif)

➤ Déroulement



Règles :

- *Ne prendre qu'un objet à la fois.*
- *Interdiction de pénétrer dans le fossé.*
- *Ne pas aller rechercher les objets restés à l'intérieur.*
- *L'équipe qui abat le plus de tours a gagné.*

➤ *Variantes :*

Réduire le nombre de projectiles.

Réduire le nombre de rats.

N'utiliser qu'un ou deux ballons.

➤ *Pour aller plus loin :* *Améliorer les lancers*

Passer de lancer à lancer loin avec intention.

Adapter la forme du lancer.

Se confronter à différents lancers.

Augmenter la quantité d'énergie.

Améliorer le placement des appuis.

Construire des trajectoires efficaces.



Exemples de jeux de lancers

Les objets brûlants

➤ But

Lancer le plus d'objets possible dans le camp adverse.

➤ Matériel

Balles, ballons, anneaux, cordelettes, volants, frisbee (mousse), peteca, vortex, comètes, sacs de graines, plots ou coupelles.

➤ Déroulement

Diviser la classe en 2 ou 4 équipes (si 4 équipes, installer deux espaces de jeux).
Mettre à disposition plus d'objets que d'enfants.

Délimiter une zone interdite.

Au signal, les élèves ramassent et lancent des objets dans l'autre camp.

Aller dans la rivière est autorisé pour ramasser un objet mais il faut revenir dans son camp pour le relancer.

➤ Critères de réalisation

Ramasser et lancer un objet à la fois dans l'espace délimité.

➤ Critères de réussite

Démarrer et s'arrêter au signal.

Ramasser et lancer vite les objets.

➤ Critère dévaluation

Compter les objets.

➤ Variation

Agrandir la rivière.

Lancer par-dessus un filet ou un élastique.

Danse marionnette !

➤ But

Lancer pour faire danser la marionnette.

➤ Matériel

Plots, corde pour limiter la zone de lancer.

Une (ou plusieurs) marionnette(s) suspendue(s)

➤ Déroulement

1 élève lance 3 fois de suite une balle pour faire se balancer la marionnette, les autres enfants ramassent les balles.

Organiser 4 à 5 postes de lancers (6 élèves par équipe)

Proposer à chaque poste une différenciation de la ligne de lancement.

➤ Critère de réussite

La marionnette bouge au moins une fois.

➤ Variable

Modifier la taille ou la hauteur de la marionnette.



« Lourd ou léger ? »

➤ But

Choisir dans une caisse les objets qui peuvent atteindre la cible.

➤ Matériel

Objets légers : assiettes en carton, balles et ballons légers, ballons de baudruche, rubans, bouteilles plastiques...

Objets lourds : ballons, bouteilles pleines de sable, anneaux, vortex, balles lestées...

➤ Déroulement

Proposer 3 ou 4 zones de jeux, dans chaque zone 2 cartons, tracer une limite de lancer.

Placer les cartons à distance variée.

A la ligne de lancer, toute une série d'objets (6), les objets ne seront pas les mêmes dans toutes les zones.

Choisir les objets qui peuvent atterrir dans la caisse proche et ceux qui atteindront la caisse éloignée.

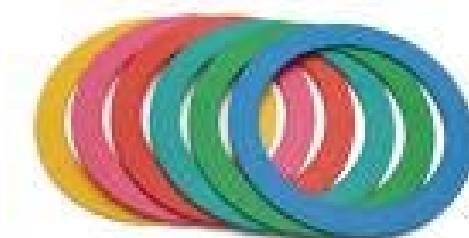
➤ Critères de réalisation

Apprécier la masse de l'objet avant de le lancer.

La limite du lancer est respectée.

➤ Critères de réussite

Tous les objets ont atteint un but.



« Tirer, reculer »

➤ But

Lancer une balle sur une cible et reculer le point de lancement à chaque lancer réussi.

➤ Matériel

Cible dessinée sur le mur, cible suspendue (cerceau), cible (cerceau) sur pied, cible dessinée au sol, balles de tennis.

➤ Déroulement

Pour chaque atelier, après chaque essai réussi, reculer à la ligne suivante.

3 rôles à jouer : lanceur / ramasseur / observateur.

Au signal, changement d'atelier.

➤ Variation

Changer d'objets à lancer (anneaux, ballons lourds ...)

Cibles plus petites.

Cibles très hautes, cibles basses.

Verbalisation sur les oppositions : lourd/léger, loin/prêt



« Promenons-nous... »

➤ But

Associer un objet à un lancer précis.

➤ Matériel

5 objets (balles de tennis, anneaux, sacs de graines, balles de tennis de table, ballons)

Cibles différentes (ballons, quilles, boîtes de conserve, caisses, mini-buts)

➤ Déroulement

L'élève part avec son panier contenant 5 objets et la liste.

Face à chaque cible, il consulte la liste et doit lancer le bon objet (associer liste et objet.)

Tour à tour, l'enfant est lanceur puis ramasseur.

Description des ateliers :

Atelier 1 : faire bouger le ballon en lançant la balle de tennis dessus (distance à adapter)

Atelier 2 : passer l'anneau sur la quille (distance à adapter)

Atelier 3 : faire tomber les boîtes de conserve (le nombre exigé varie suivant l'âge)

Atelier 4 : lancer les balles dans la caisse.

Atelier 5 : lancer le ballon dans le but

➤ Critères de réalisation

Réaliser les 5 ateliers.

Lancer 2 fois.

Jouer les 2 rôles.

➤ Critère de réussite

Lancer le bon objet à la main dans la bonne cible.

« Le passage de la rivière »

➤ Déroulement

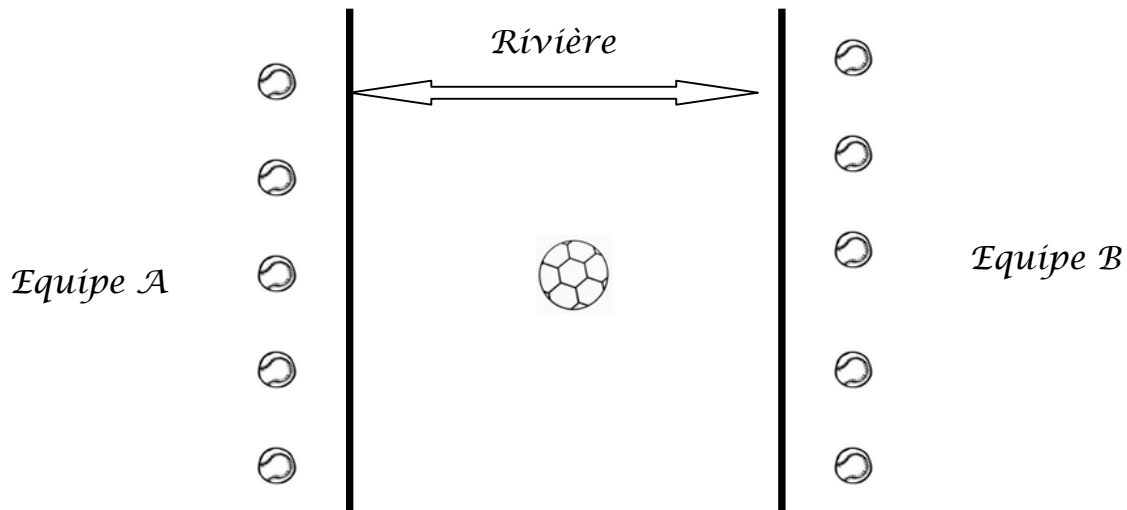
Lancer la balle sur le ballon pour qu'il franchisse la rivière.

L'équipe qui réussit à atteindre la berge adverse avec le ballon a gagné.

➤ Variables

Varié le matériel, la largeur de la rivière.

Placer plusieurs ballons dans la rivière.



« Le passe-fil »

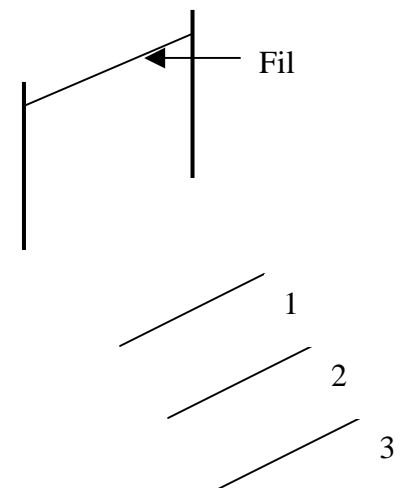
➤ Matériel

Balles de tennis, cordelettes, balles de handball ...

➤ Déroulement

Lancer par-dessus le fil tendu.

Lancer le plus loin possible



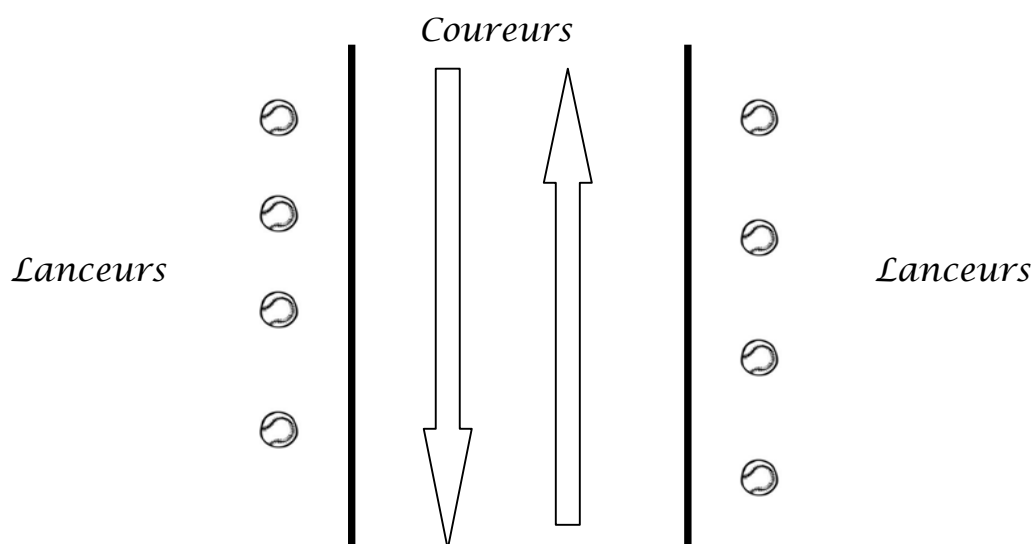
« Le ballon couloir »

➤ Déroulement

Les coureurs effectuent le parcours aller et retour sans se faire toucher.
Les lanceurs essaient de toucher le plus possible de coureurs.
On change de rôle à la fin du jeu.

➤ Variables

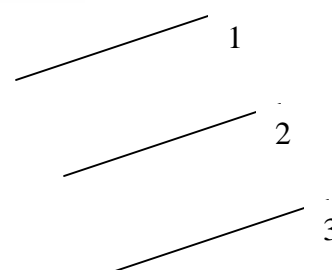
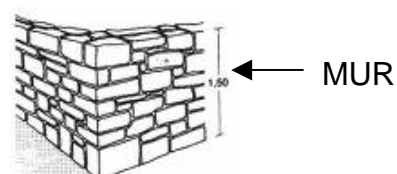
Variation des dimensions du couloir, les objets lancés.



« La pelote basque »

➤ Déroulement

Lancer le plus fort possible contre le mur.
Essayer d'atteindre la zone la plus éloignée



Exercice 1

➤ Matériel

Cordelettes

➤ Déroulement

Placer son bras qui tient la cordelette vers l'arrière, regarder son bras et lancer la cordelette vers l'avant, loin devant soi.

Tenter de lancer la cordelette dans la zone la plus éloignée.

Exercice 2

➤ Matériel

Cerceaux

Poteaux + élastique

➤ Déroulement

Lancer le cerceau par-dessus l'élastique en le tenant d'une main et en le balançant d'arrière vers l'avant.

➤ Variation

Varier la distance

Varier les objets à lancer

Varier la hauteur de l'élastique.

Jeu des souris : « Ramasse fromages »

➤ Compétences

Coopérer et s'opposer individuellement et collectivement.

➤ Objectifs

Se déplacer le plus vite possible.

Respecter des règles simples.

Réagir à un signal.

Jeu n°1

➤ But :

Souris : rapporter le plus de fromages possibles dans la boîte.

Rats : vider le contenu de la boîte.

➤ Organisation :

2 équipes : les souris et les rats

temps de jeu limité

➤ Matériel :

2 boîtes

Des petits jeux représentant les fromages

Dossards ou foulards pour les rats

➤ Déroulement :

Situation de départ : les souris sont dans une zone délimitée (le camp des souris)

L'enseignant vide la boîte de fromages à l'autre extrémité (le camp des rats)

Les rats sont sur le côté du terrain.

Au signal, les souris doivent courir pour rapporter les fromages dans leur boîte.

Les rats interviennent pour reprendre les fromages et les rapporter dans leur camp.

A la fin du temps, l'équipe qui a le plus de fromages a gagné.

Jeu n°2

➤ But :

Souris : rapporter le plus de fromages possibles dans la boîte.

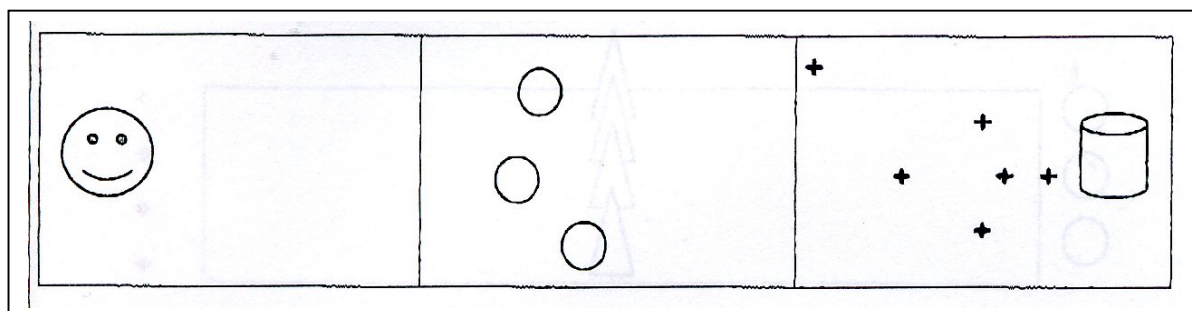
Rats : empêcher les souris de passer.

➤ Organisation :

2 équipes : Les rats ○

Les souris + (en nombre supérieur)

Terrain délimité en trois espaces



➤ Matériel :

1 boîte avec des « fromages » à l'intérieur.

Dossards ou foulards pour les rats

➤ Déroulement :

Chaque souris prend un fromage dans la boîte et tente de l'apporter à l'enseignant sans se faire toucher par les rats.

Celui qui est touché donne son fromage au rat et retourne en chercher un autre.

Le jeu s'arrête quand il n'y a plus de fromage.

Inverser les équipes et recommencer.

L'équipe qui a rapporté le plus de fromages a gagné.

Jeu n°3

➤ But :

Rapporter le plus vite possible des cartes-fromages dans l'ordre numérique.

➤ Organisation :

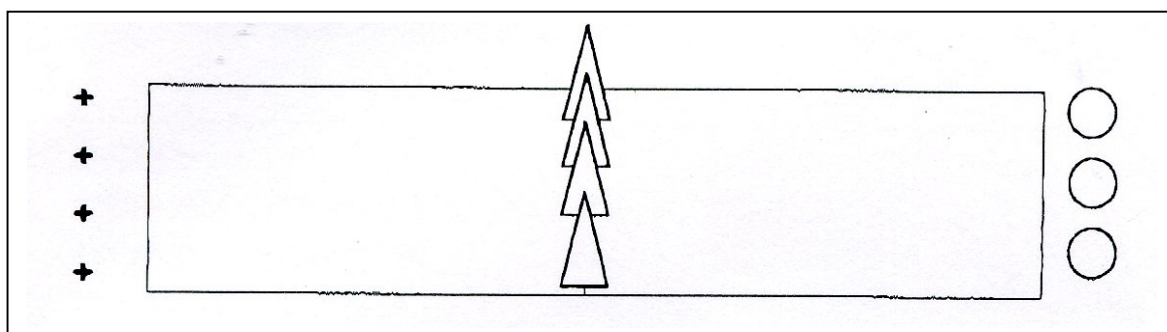
2 équipes : Souris (rouges par exemple)

Rats (bleus par exemple)

Terrain délimité : 1 équipe à chaque extrémité

Plots alignés au centre

Sous chaque plot, une carte-fromage rouge et une bleue.



➤ Matériel :

Plots

Cartes-fromages : 1 série rouge et 1 série bleue numérotées de 1 à ... (suivant le nombre d'élèves)

➤ Déroulement :

Les rats ont caché des fromages sous les plots.

Il faut les récupérer dans l'ordre des nombres.

Donner un numéro à chaque enfant (cf bérêt)

Les rats et les souris n°1 doivent aller soulever les plots et rapporter la carte 1 de leur couleur à l'enseignante.

Le premier qui y parvient marque 1 point pour son camp.